



مراجع: **اکرم امامی**
 نویسنده:
 سایت منبع: <http://www.ido.ir>
 موضوع جزئی: 0
 موضوع خاص: 0

1- روزه و روزه‌داری در دین یهود

واژه عبری برای کلمه روزه، لفظ صوم است؛ در آئین یهود روزه جزئی از مجموعه اعمالی است که یک یهودی برای دلیل ساختن تن و رنجور ساختن آن انجام می‌دهد.

روزه در تمام اوقات در میان هر طایفه و ملت و مذهب موقع ورود اندوه و رحمت غیرمترقبه معمول بوده است (یونس:3:5) و می‌توان گفت که حکم طبیعت است که در این مواقع پرورش و نمو را ترک می‌کند.

در عهد قدیم (کتاب مقدس) به هیچ وجه اشاره‌ای نشده که قبل از ایام موسی روزه بطور صحیح معمول بوده، همچنین در تورات به وجوب روزه و حدود آن تصریحی نیست ولی روزه‌داران را ستوده است.

قوم یهود غالباً در موقعی که می‌خواستند اظهار عجز و تواضع در حضور خدا نمایند روزه می‌داشتند تا گناهان خود را اعتراف نموده و به واسطه روزه و توبه رضای حضرت اقدس الهی را تحصیل نمایند. (داوود 26:20)

مخصوصاً در مواقع مصیبت عام روزه غیرمرسوم قرار می‌دادند و در این صورت اطفال شیرخوار و گاهی حیوانات را نیز از چرا منع می‌کردند. (یونیل 16:2)

عهد قدیم از روزه داشتن فردی، همچون روزه داشتن داود، عزرا، الیاس، دانیال و جمعی بسیار سخن گفته که بیانگر یک ارب دینی کاملاً متداول برای نیل به هدف مورد نظر در میان یهودیان بوده است.

برای نمونه چند عبارت از کتاب عهد قدیم را آورده‌ایم:

«... پس داود برای (سلامت) طفل از خدا استدعا کرد و داود روزه گرفت و داخل شده تمامی شب را بر روی زمین خوابید». (دوم سموئیل باب 12/16/15)

«و در روز بیست و چهارم این ماه بنی اسرائیل روزه دار و پلاس در بر و خاک بر سر جمع شدند». (نحمیا باب 9/1)

در تورات برای اولین بار دستور تعینیت (روزه) برای روز کیپور (بخشش گناهان) در دهم ماه تیشری ذکر شده ولی روزه‌های دیگر تاریخ یهود با یادبود اتفاقاتی که در مسیر خرابی بت بیت المقدس (همیقداش) روی داد، مناسبت پیدا می‌کنند.

روزه‌های مهم یهودیان عبارت است از:

- 1- یوم کیپور بزرگترین روزه یهودیان است که با نامهایی چون یوم اذیر یعنی جلیل و باعزت، یوم مقادوش یعنی روز مقدس و یوم عاسورا خوانده می‌شود.
- 2- روزه 10 طوت آغاز محاصره اورشلیم توسط بخت النصر
- 3- روزه 17 تموز خرابی دیوار اورشلیم و توقف قربانی و فتح اورشلیم توسط تیطس سردار رومی
- 4- روزه 9 او خرابی دوباره بت همیقداش و یادآوری مصیبت ویرانی بیت المقدس
- 5- روزه 3 تیشری سقوط یهود و کشته شدن جدلیا حاکم یهودا.

هاگس در کتاب قاموس مقدس می‌نویسد: روزه کفاره روزه مهم سالیانه‌ای است که آرامی و استراحت و روزه دهم ماه تیشری یعنی پنج روز قبل از عید خیمه‌ها نگاه می‌دارند.

1-2- فلسفه روزه یهود

کتاب عهد قدیم تاکید دارد که روزه هدف نیست بلکه وسیله‌ای است که از طریق آن انسان قادر است از گناهانی که مرتکب شده است اظهار ندامت و توبه کند و قلب خود را برای خداوند متواضع گرداند و با تغییر در رفتار و عمل خود توبه حقیقی از گناهان را متجلی سازد.

تعینیت (روزه) در دین یهود اهداف خاصی از جمله توبه، طلب بخشش و یادآوری سوگاری را در پی دارد.



از نگاه دین یهود صوم تنها به معنی پرهیز از خوردن و آشامیدن نیست بلکه خودداری از لذایذ جسمانی است.

کتاب مقدس یهودیان بر این مطلب تاکید دارد که روزه داشتن بدون توبه‌ای صمیمی و حقیقی بی‌ارزش و بی‌محتواست و صرف توجه به ظاهر روزه کارساز نیست.

این امر که فلسفه روزه صرفاً اجتناب از برخی نیازهای طبیعی و پرداختن به اموری دیگر چون دعا و ... عبارت - بدون ایجاد اثری مثبت در قلب و روح مومنان- نیست منحصر به آیین یهود نیست و در دیگر ادیان نیز مورد توجه قرار گرفته است.

قوم یهود در موارد مختلفی مبادرت به روزه گرفتن می‌کردند که از جمله آنها موارد زیر می‌باشد:

- 1- بر سرلطف آوردن خداوند به منظور پیشگیری پایان بخشیدن به یک مصیبت الهی.
- 2- هنگامی که یک تهدید یا حمله از سوی دشمنان و یا مصیبت طبیعی متوجه می‌شد به روزه عمومی توجه می‌کردند.
- 3- روزه داشتن به منظور کسب آمادگی برای قبول امری خطرناک یا ملاقات با ارواح مردگان.

آداب و رسوم روزه‌داری

در دین یهود دختران از سن 12 سالگی و پسران در 13 سالگی موظف به گرفتن روزه می‌شوند و بیماران و زنان باردار و شیرده از روزه گرفتن معاف هستند.

آنها همراه روزه بعضی از اعمال را انجام می‌دهند مانند:

- 1- بیرون آوردن تورات از جایگاه بدون پوشش اصلی.
- 2- قرائت تورات، خواندن دعا و اعتراف به گناه.
- 3- زیارت قبور.
- 4- نواختن شوفار.
- 5- خوابیدن روی زمین.
- 6- خودداری از صحبت کردن و شنیدن موسیقی.

بر اساس یک طبقه‌بندی دوره‌های مرسوم در آیین یهود را می‌توان به سه طبقه اصلی تقسیم کرد:

- 1- روزه‌های حکم شده در کتاب مقدس یا روزه‌های ایجاد شده به مناسبت تذکار وقایع مطرح شده در کتاب مقدس مانند: روزه یوم کیپور، روزه نهم آو، روزه 17 تموز و ...
- 2- روزه‌های تعیین شده از سوی ربی‌ها مانند: روزه اولین دوشنبه پس از عید فصح، روزه آخر هر ماه موسوم به یوم کیپور کوچک و
- 3- روزه‌های شخصی که اشخاص در مناسبت‌های مختلف خصوصی به آن مبادرت می‌کنند، که این روزه‌ها وقت مشخصی ندارد و با توجه به رخداد پیش آمده برای افراد از سوی آنها روزه گرفته می‌شود مانند: روزه برای فوت والدین یا معلم، روزه عروس و داماد در روز ازدواجشان و ... در روز یوم کیپور و روزه نهم آو، وقت روزه از غروب آفتاب تا شامگاه روز بعد است ولی در دیگر روزه‌ها مدت روزه از هنگام طلوع آفتاب تا شامگاه همان روز است. همچنین اگر یکی از روزه‌ها به استثنای روزه یوم کیپور با روز شنبه مصادف شود، روزه به یکشنبه موکول می‌شود.

2- روزه و روزه‌داری در دین مسیحیت

تاریخ روزه‌داری در دین مسیحیت به قبل از قرن هشتم می‌رسد، روزه در تقویم کلیسا هم ثبت شده و جزو آداب فقهی به شمار می‌رود.

در انجیل آمده که: آنگاه عیسی به قوت روح به پایان برده شد تا ابلیس او را امتحان کند، پس چهل شبانه روز روزه داشته و نهایتاً گرسنه گردید.

در اناجیل به وجوب روزه تصریح شده و روزه‌دار را ستوده و او را از ریا برحذر داشته است.

سنت یهودی تا زمان حضرت عیسی - در صورتهای مختلف - یعنی پرهیز از خوراک، پرهیز از سخن و ... رایج بوده و پس از او هم میان حواریان و کسانی که مبلغ پیامش در مناطق مختلف جهان شدند، رواج داشته است. بطوری که روزه‌داری از خصوصیات حواریون و رسولان پیام عیسی بوده است.

این امر نشانگر آنست حضرت عیسی خود به روزه عملاً و قولاً توجه داشته و شاگردانش نیز پس از وی به امر روزه توجه داشته‌اند. جیمز هاکس در این باب می‌گوید: حیات حواریون و مومنین- (مسیحی) ایام گذشته، عمری مملو از افکار، لذت و زحمات بی‌شمار و روزه‌داری بود.



حضرت عیسی بی‌شک پیش از آغاز رسالتش، همچون یک یهودی، ایام روزه‌داری در دین یهود مثل روزه یوم کیپور را مراعات می‌کرده و به نظر برخی، او تنها اصول را بیان کرده و وضع قوانین را به عهده کلیسا نهاده است.

چند نکته‌ای که در این دن حائز اهمیت است، این است که اولاً در مسیحیت دو واژه روزه و پرهیز وجود دارد که بین این دو تفاوتی وجود دارد به این نحو که در ایامی که باید پرهیز را رعایت کرد، تنها از مصرف گوشت پرهیز می‌کنند ولی در ایام رعایت روزه همراه با پرهیز از گوشت غذایی مصرفی و دفعات و عده غذا هم محدود می‌شود، دوماً یکی از روزهای مهم در مسیحیت روز عید پاک یا **the easter day** است که به مناسبت قیام عیسی از قبر گرامی داشته می‌شود. هفته پیش از این روز «هفته مقدس» گفته می‌شود که در تعیین بسیاری از روزه‌ها هم نقش مهمی دارد.

1-2- فلسفه روزه در مسیحیت

برخی می‌گویند که روزه و دعا وسایلی برای مقابله با وساوس شیطانی است و روزه حقیقی آن است که هیچ بدی مرتکب نشوی و با قلبی خالص خود را وقف خدمت به خداوند کنی.

مسیحیان معتقدند که روزه ظاهری نیست بلکه باطنی و معنوی است و هدف اصلی آن این است که با فروتنی به خدا تقرب جویند و هدایت‌هایی او را بپذیرند. همچنین در کتاب اشعیا نبی، فصل 58، آیات 6-9 در این باره چنین آمده که: «مگر روزهای که من می‌پسندم این نیست که بندهای شرارت را بگشایید و گره‌های یوغ را باز کنید و مظلومان را آزاد سازید و هر یوغ را بشکنید؟ مگر این نیست که نان خود را بین گرسنگان تقسیم کنی و فقیران رانده شده را به خانه آوری و چون برهنه را بپوشانی و ... آنگاه دعا خواهی کرد و خداوند توبه را اجابت خواهد فرمود و استغاثه خواهی نمود و او خواهد گفت که اینک حاضر هستم».

روزه مسیحی به منظور صواب و ریاضت و یا به دست آوردن دل خدا و نجات از گناه به جا آورده نمی‌شود زیرا آنان معتقدند با ریخته شدن خون مسیح بر صلیب و مرگ و دفن و قیام او از مردگان نجات از گناه و طریق راه یافتن انسان به حضور خدا مهیا گردیده است.

بعضی از دلایل روزه گرفتن مسیحیان به شرح زیر می‌باشد:

- 1- اینکه دل در حضور خدا نرم و فروتن شود.
- 2- مسیحیان به صدا و هدایت حضور خدا حساس باشند.
- 3- نفس سرکش ضعیف و سرکوب باشد.
- 4- پرستش و دعای مسیحی قوی‌تر و موثرتر باشد.

آنها می‌گویند روزه مسیحی کمک می‌کند که یاد بگیریم از خودخواهی انسان دوری و از خودگذشتگی داشته باشیم و بیشتر قدر و ارزش فداکاری عظیم را درک کنیم.

همچنین باید از ریاکاری و هرگونه ظاهرسازی و خودنمایی به دور باشد. چرا که عیسی در (انجیل متی فصل 6، آیات 16-18) بدان اشاره کرده و می‌فرماید: «وقتی روزه می‌گیرید مانند ریاکاران خودتان را افسرده نشان ندهید. آنان قیافه‌های خود را تغییر می‌دهند تا روزه دار بودن خود را به رخ بکشند. اما تو وقتی روزه می‌گیری سرت را روغن بز و صورت خود را بشوی تا مردم از روزه تو باخبر نشوند بلکه فقط پدر تو که در نهان است آن را بداند».

روزه در مسیحیت جامع احکام مذهبی نیست به همین دلیل روزه مسیحی در زمان و تحت قوانین خاصی نیست، آنها آزادند در هر زمان و با هدایت روح خدا بطور فردی و جمعی برای یک یا چند روز و حتی برای چند ساعت روزه بگیرند.

روزه‌های مهم مسیحیان عبارت است از:

- 1- روزه روز جمعه قبل از عید پاک که در قرن دوم متداول بود.
- 2- روزه غیرکامل دوشنبه تا پنجشنبه هفته مقدس
- 3- روزه چهل روز قبل از عید پاک
- 4- روزه چهل روز قبل از هفته مقدس
- 5- روزه چهارشنبه و جمعه هر هفته؛ به مناسبت روز توطئه یهودیان برای دستگیری عیسی و روز جمعه بدلیل به صلیب کشیدن عیسی
- 6- روزه‌های فصلی
- 7- روزه، بعنوان کفاره گناهان

روزه روزهای یکشنبه روز عید پاک، روزه در روز نیطیکاست- بدان سبب که روز جشن و شادمانی است- ممنوع است.

سه فرقه کاتولیک، ارتدوکس و پروتستان در مسیحیت روزه‌های خاص به خود را دارند و روزه‌هایشان با یکدیگر فرق می‌کند که در زیر به بعضی از آنها اشاره شده است:



2-2-1-کاتولیک‌ها

آنها روزه روز چهارشنبه و جمعه الصلیب را می‌گیرند بعلاوه تمامی روزهای جمعه ماه انابت را که به دوران توبه و تعمق معروف است را روزه می‌گیرند، و در این دوران دو نوع غذای ساده و یک غذای معمولی می‌خورند و از خوردن گوشت پرهیز می‌کنند.

2-2-2-ارتدوکس شرق

آنها نیز ماه انابت، روزه رسولان، روزه معراج مریم به آسمان، روزه ویژه میلاد مسیح و چند تا روزه یک روزه دارند بعلاوه تمامی روزهای چهارشنبه و جمعه که در این دوران از خوردن گوشت، لبنیات، تخم مرغ و ماهی پرهیز می‌کنند.

2-2-3-پروتستان

روزه آنها به خود افراد، کلیساها و سازمانها بستگی دارد و در این مدت بطور کامل از لب زدن به آب و غذا خودداری می‌کنند و برخی مایعات را نمی‌خورند و از خوردن یک یا چند وعده غذا صرف نظر می‌کنند.

همانطور که قبلاً اشاره شد روزه به عنوان یک مقوله دینی و عبادی امری نیست که به چند دین محدود باشد و اثری از آن در ادیان نباشد. شواهد تاریخی حاکی از آن است که اگر اختلافی هست در صورت و کیفیت توجه به آن است نه در اصل آن و در میان اقوام مختلف در گذشته و حال، روزه و پرهیز جایگاه خاصی برای خود داشته و دارد.

روزه در ادیان و فرق

- صائین یا مندائیان (پیروان حضرت یحیی) در روزهای ویژه‌ای از سال که آنها را مبطل می‌نامند از خوردن گوشت، ماهی، تخم مرغ خودداری می‌کنند از جمله این روزها 26 و 27 و 28 و 29 و 30 ماه سمبلتا، روزهای ششم و هفتم ماه دولا و روز دوم ماه هطیا است.

آنها روزه واقعی را روزه‌دار بودن اعضا و جوارح آدمی می‌دانند که در کتاب کنزاربا یا صحف آدم مقدس‌ترین کتاب مندائی‌ها آمده است:

«ای مومنان برایتان گفتم که روزه بزرگ فقط نهی از خوردن و آشامیدن نیست بلکه دیدگانتان را از نگاههای هیز و شیطانی و گوشه‌ایتان را از شنیدن حرفهایی که مردم در خانه خود می‌زنند برحذر دارید و زبانهایتان را به گفتارهای دروغ و ناپسند نیالائید و»

- زاهدان پیرو آئین جین و آئین هندو برای ایجاد آمادگی روحی خود برای برخی جشن‌ها و اعیاد روزه نگه می‌دارند، همچنین پارسایان آئین جین بهترین مرگ را مرگ در اثر پرهیز کامل از غذا و آب می‌دانند و بسیاری از آنها داوطلبانه راه روزه‌دار را در پیش می‌گیرند تا بدین طریق به زندگی خود پایان بخشند.

- بسیاری از راهبان و راهبه‌های بودایی مذهب، تنها به یک وعده غذا در روز اکتفا می‌کردند و اول ماه و نیمه ماه را روزه کامل می‌گرفتند، امروزه مردم عامی بودایی هر ماه چهار بار روزه داشته و به گناهان خود اقرار می‌کنند و در استقبال از سالروز فوت بودا مدت پنج روز از خوردن گوشت خودداری می‌کنند.

- لامانیست‌ها در هر ماه روزهای 14 و 15 و 29 و 30 تنها از غذای آردی و چای تناول می‌کنند ولی پارسایان این مذهب در طول این چهار روز تا غروب آفتاب هیچ نمی‌خورند.

- مردم تبت مراسمی به نام نانگ نس (روزه مدام) دارند که چهار روز طول می‌کشد. آنها دو روز اول را بادعا، اقرار به گناهان و تلاوت متون مقدس به سر می‌آورند و روز سوم پرهیز شدیدی را رعایت می‌کنند و هیچ نمی‌خورند و حتی آب دهان خود را هم فرو نمی‌برند و این روزه را با دعا و اقرار به گناهان تا طلوع آفتاب در روز چهارم ادامه می‌دهند.

- در میان چینیان کهن بخصوص پیروان مذهب تائو روزه قلب وجود داشت و بر آن بیش از روزه تن تاکید دارند، پیروان مکتب کنفوسیوس روزه‌داری را بعنوان آماده سازی خود، برای بهتر به انجام رساندن اوقات پرستش ارواح نیاکان مورد توجه داشتند.

- در مصر کهن، پس از مرگ پادشاه رعایای او روزه می‌داشتند و از مصرف گوشت، نان، گندم، شراب و هر تفریحی پرهیز می‌کردند و نیز از استحمام، تدهین (مالیدن روغن به موی سر) و بستر نرم خودداری می‌کردند.

- قبایل بومی آمریکا معتقد بودند روزه گرفتن در کسب هدایت و راهنمایی از روح اعظم موثر است و از جمله مراسم عزاداری آنها پرهیز غذا بوده است.

همچنین در نزد بسیاری از اقوام کهن پرهیز از آشامیدن و خوردن به عنوان ابزار ندامت به درگاه خدا (بان) و به عنوان فدیة و کفاره گناهان انجام می‌شد؛ مردم کهن مکزی یک امساک از غذا را به عنوان کفاره گناهان بجا می‌آوردند و مدت آن از یک روز تا چند سال متفاوت بوده



است و پارسایان آنها در هنگام بروز مصیبتی عام، ماهها راه امساک را در پیش می‌گرفتند.

- زرتشتیان پس از مرگ یکی از نزدیکان، مدت سه شب از پختن یا خوردن گوشت پرهیز می‌کردند.

پی نوشتها:

- 1- بوتراپی، خدیجه، دائره المعارف تشیع، ج 8، نشر محبی، ص 371
- 2- طباطبایی، تفسیر المیزان، ترجمه محمدباقر موسوی همدانی، ج 3، دارالعلم، ص 8
- 3- سوره بقره، آیه 183
- 4- مویدی، احمدرضا، روزه در ادیان، رمضان تجلی معبود، سازمان تبلیغات اسلامی، ص 196
- 5- کتاب مقدس یهودیان از 39 کتاب در حجمهای مختلف تشکیل شده که 5 کتاب اول موسوم به اسخار خمسه به تورات مشهور است و مجموعه 5 کتاب و 34 کتاب دیگر کتاب عهد قدیم یا کتاب مقدس یهودیان نامیده می‌شود.
- 6- هاکس، جیمز، قاموس کتاب مقدس، ج 1، ص 427
- 7- همان
- 8- مویدی، همان، صص 207-208
- 9- بوتراپی، همان، ص 373
- 10- هاکس، همان، ص 428
- 11- fasting
- 12- abstinence
- 13- holy week
- 14- این ایام روزه و توبه به lent معروف است و چیزهایی از جمله گوشت و دخانیات در این مدت ترك می‌شود.
- 15- مویدی، همان، ص 218
- 16- جعفری، یعقوب، پژوهشی درباره صائین، هجرت، ص 95
- 17- برنجی، سلیم، قوم از یاد رفته، دنیای کتاب، ص 268
- 18- مویدی، ص 219
- 19- همان، ص 220